

# **ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ**

**Подготовила: Кульжанова И.З.**

**ПРИВЫЧКА** – сложившийся способ поведения, осуществлении которого в определенных ситуациях приобретает для человека характер потребности.

**Понятие о вредных привычках:**

**Вредная привычка** – закрепленный в личности способ поведения, агрессивный по отношению к самой личности или обществу.

Вредные привычки серьезно ухудшают состояние здоровья человека (физическое и психическое).



***К НИМ ОТНОСЯТСЯ:  
ТАБАКОКУРЕНИЕ,  
АЛКОГОЛИЗМ,  
НАРКОМАНИЯ,  
ТОКСИКОМАНИЯ.***



**КУРЕНИЕ** ВЕДЕТ К НИКОТИНОМАНИИ, ЗАВИСИМОСТЬ  
ДЫХАТЕЛЬНОГО ЦЕНТРА ГОЛОВНОГО МОЗГА ОТ  
СТИМУЛИРУЮЩИХ ЕГО РАБОТУ ВЕЩЕСТВ СОДЕРЖАЩИХСЯ В  
ТАБАЧНОМ ДЫМЕ.



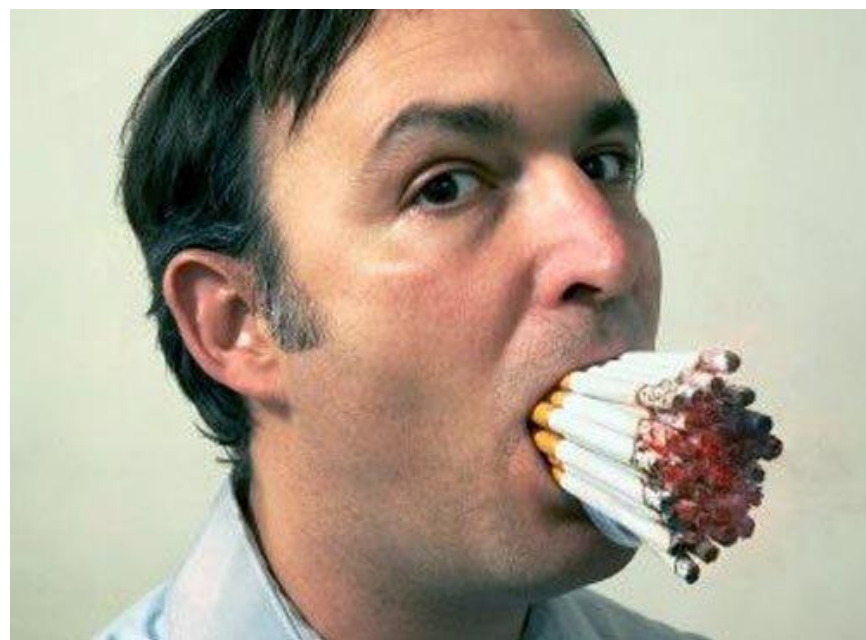
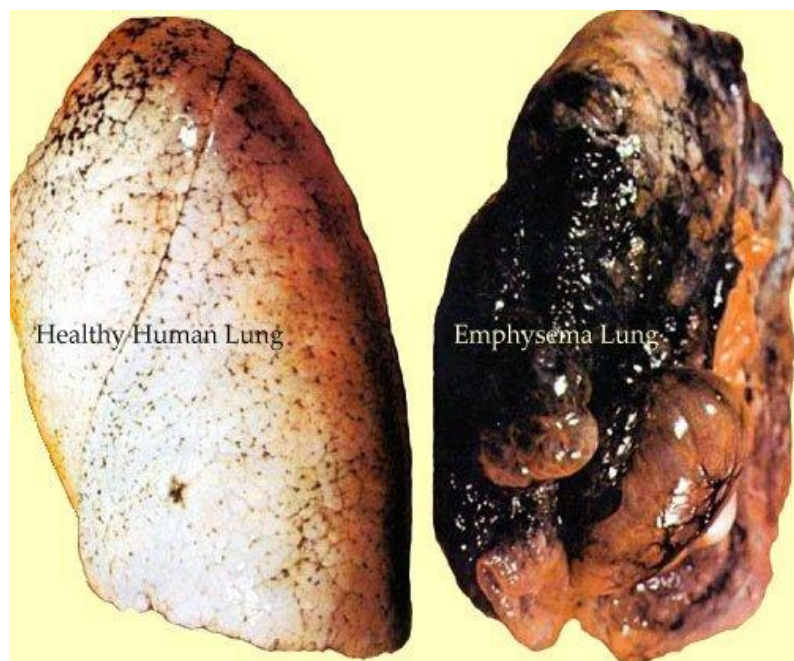
# *От воздействия табачного дыма*

*СТРАДАЮТ:*

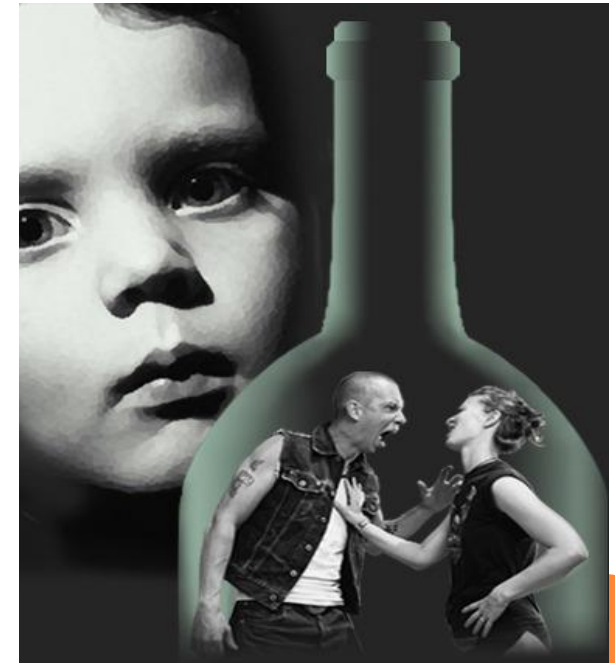
*ЛЕГОЧНАЯ СИСТЕМА*

*ОРГАНЫ ПИЩЕВАРЕНИЯ*

*СЕРДЕЧНО - СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА*

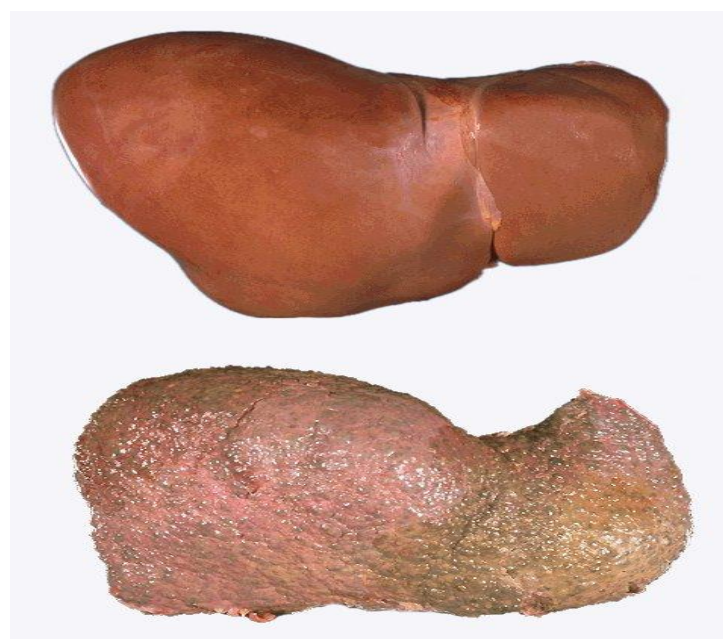


*АЛКОГОЛИЗМ, ЗАБОЛЕВАНИЕ, ВЫЗЫВАЕМОЕ СИСТЕМАТИЧЕСКИМ УПОТРЕБЛЕНИЕМ СПИРТНЫХ НАПИТКОВ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩЕЕСЯ ВЛЕЧЕНИЕМ К НИМ, ПРИВОДЯЩИЕ К ПСИХИЧЕСКИМ И ФИЗИЧЕСКИМ РАССТРОЙСТВАМ .*



# *АЛКОГОЛЬ, ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ*

*Хронический гастрит желудка,  
Развивается цирроз печени,  
Воздействует на головной мозг,  
Ускоряет биологического старения,  
Приводит к развитию алкоголизма.*



# Наркомания

**НАРКОТИКИ (ОТ ГРЕЧ. NARKOTIKUS — ПРИВОДЯЩИЙ В ОЦЕПЕНЕНИЕ, ОДУРМАНИВАЮЩИЙ) -ГРУППА ВЕЩЕСТВ, ВЫЗЫВАЮЩИХ ФИЗИЧЕСКУЮ ЗАВИСИМОСТЬ, НЕ СВЯЗАННЫХ С НОРМАЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ.**





# НАРКОТИКИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА

Психические и физические  
расстройства

Физическая зависимость

Изменение чувствительности



# *ТОКСИКОМАНИЯ*

*Токсикомания - один из самых злокачественных видов наркомании. Вызывает серьезное разрушение организма и сильную зависимость.*



**Токсикомания** отличается от наркомании только в юридическом аспекте: она вызывается употреблением веществ, не отнесенных Минздравом к наркотикам, на нее не распространяются правовые и уголовные акты, действующие в отношении наркоманов.



**ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ПРИДУМАТЬ СЕБЕ ТЫСЯЧИ ОПРАВДАНИЙ, А  
ВОТ ВЗЯТЬ И ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ВРЕДНОЙ ПРИВЫЧКИ В  
РЕАЛЬНОСТИ, А НЕ НА СЛОВАХ, ОКАЗЫВАЕТСЯ ТРУДНЫМ  
ДЕЛОМ.**

**ХОЧЕТСЯ НАДЕЯТЬСЯ, ЧТО КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК БУДЕТ ДУМАТЬ  
НАД СВОИМИ ДЕЙСТВИЯМИ И ПОНИМАТЬ, ЧТО ВСЯ ЖИЗНЬ  
СОСТОИТ ИЗ МЕЛОЧЕЙ И ДАЖЕ МАЛЕНЬКИЙ ПУСТЯЧОК МОЖЕТ  
ВЫРАСТИ В БОЛЬШУЮ ПРОБЛЕМУ.**

**ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ВРЕДНОЙ ПРИВЫЧКИ НЕ ТАК УЖ И ТРУДНО,  
ГЛАВНОЕ ЗАХОТЕТЬ...**



*ЛЮБИТЕ ЖИЗНЬ...  
ЛЮБИТЕ СЕБЯ...  
И МИР ВОКРУГ НАС*

